心理科学进展 2018, Vol. 26, No. 1, 169–179
Advances in Psychological Science DOI: 10.3724/SP.J.1042.2018.00169

# 心理学视角下的人类仪式：一种意义深远的重复动作*

冉雅璇[1] 卫海英[2] 李 清[3] 雷 超[4]

([1]中南财经政法大学工商管理学院，武汉 430073) ([2]暨南大学管理学院，广州 510632)
([3]暨南大学深圳旅游学院，深圳 518053) ([4]广东药科大学医药商学院，广州 510006)

**摘 要** 人类是一种追求仪式的物种，日常生活中处处可寻仪式的踪迹。仪式是指一系列正式的、具有可重复模式、表达价值和意义的行为活动，这些行为动作通常不具备直接的工具性目的。仪式的研究范式主要包括回忆法和情境任务法两类。情绪路径和认知路径是仪式形成的心理机制。基于五类理论视角——进化理论、具身认知理论、互动仪式链理论、学习理论和社会控制理论，仪式既给个体带来情绪抚慰、认知恢复与人际关系和谐，还给群体传递规范和文化。仪式的未来研究应澄清操作性定义、关注本土研究、明确双刃影响效应、丰富研究范式、探讨认知神经机制。

**关键词** 仪式；人类仪式；仪式化行为
**分类号** B849:C91

“仪式是什么？”小王子问道。

“这也是经常被遗忘的事情。”狐狸说，“它就是使某一天与其他日子不同，使某一时刻与其他时刻不同。”

——圣埃克苏佩里，《小王子》

仪式(ritual)源自于拉丁语 ritus，是指一种既能表达价值和意义，又有重复模式、规律的系列活动(Rook, 1985)，与社会层面上的“礼(rite)”具有相同内涵。人类很早就注意到了仪式的普遍性和重要性。中国儒家代表孔子强调“不学礼，无以立”，西方思想家洛克也指出“礼仪是在一切美德之上加上一层藻饰”。古时便兴起冠礼、相见礼、饮酒礼和乡射礼等社交仪式，现今仍延循春节、中秋节、生日和婚礼等庆祝仪式。仪式充满了人类的日常生活，从晨起到睡前的每个环节都可能有其踪迹(Collins, 2004)。这些仪式或仪式化行为的价值和意义体现在帮助人们认识自我，建立生活秩序和规律，给人带来放松感、平静感和归属感(特纳, 2006)。

仪式是人类社会古老而普遍的文化现象，是社会科学的重要研究领域。“仪式”一词作为研究术语兴起于 19 世纪，其学术研究肇始于人类学领域(彭兆荣, 2002)。早在 19 世纪末，人类学和社会学就围绕宗教仪式进行了大量讨论。例如，宗教学者威廉·罗伯逊·史密斯早在 19 世纪 80 年代考察了闪米特人(Semites)的古老宗教，发现他们的宗教仪式在贝都因人(Bedouin)部落中仍延续保留，如进餐和祭祀(冯特, 2008)。然而，由于 19 世纪的学界以理性为主流思潮，仪式及其作用被当作文化怪物而屡遭排斥，甚至被视为与“科学精神”相悖的远古产物，从而导致了仪式研究的“空窗期”。之后，一些心理学家发现，现代文明、科技进步和快节奏生活使得人们逐渐摒弃仪式，而这种仪式的缺乏给现代人类带来一系列严重的后果，如抑郁症、肥胖症、酒精依赖、毒品上瘾等(辛格霍夫, 2009)。鉴于此，20 世纪后期，仪式研究重新浮现在学者们的视域中，并在人类学、社会学、宗教学和心理学等领域流行开来(Bell, 1997)。近年来，随着仪式越来越广泛地进入到社会的各个领域，管理心理学(如 Sueldo & Streimikiene, 2016; Plester,

收稿日期：2017-06-07
* 国家自然科学基金项目(71772077) (71372169)；广东省自然科学基金重点项目(2014A030311022)；中央高校基本科研业务费专项资金资助(暨南领航计划)(15JNLH005)。
通信作者：卫海英, E-mail: tweihy@jnu.edu.cn;
冉雅璇, E-mail: ranyaxuan@zuel.edu.cn

2015)和消费心理学(如 Raj, 2012; Arnould, 2001; Rook, 1985)也开始将视线投向工作或消费情境中的仪式现象。基于仪式研究的前沿性、热点性及其在现代人类生活中的重要性，本文将详述仪式的概念和研究现状，力求为该领域未来的研究提供启示。

## 1 仪式的概念

### 1.1 仪式的内涵

关于仪式的概念内涵，现处于众说纷纭的阶段，研究者们从不同的态度、视角和方法对仪式进行了解释。有学者指出“对于某一特定行为是否属于仪式的问题，文化人类学家和宗教学家至今没有一个明确的标准” (Liénard & Boyer, 2006)，它可以是一个涂染了艺术色彩的实践，一个特定的宗教程序，一种人类心理上的诉求形式，一种个人经验的记事生活习惯，一种具有制度化功能的行为，一种政治场所内的谋略，一个族群的族性认同，一类节日的庆典，一种人生事件的表演……Bell (1997)在其书中提到，“几乎所有人类活动都隶属于仪式(p. 91)”。然而，这种“万事皆仪式”的论点不利于仪式概念的可操纵性、可测量性和可拓展性，在某种程度上甚至阻碍了仪式的实证研究。

虽然学者们对仪式的定义千差万别，但不难发现其中的一些共同之处。综合以往研究(Brooks et al., 2016; Norton & Gino, 2014; Vohs, Wang, Gino, & Norton, 2013; Vohs & Wang, 2012; Rook, 1985)，仪式概念主要包括三个要点：(1)流程式动作; (2)象征意义; (3)非功能性行为。其一，仪式应该包含一系列正式的、可重复的流程式动作。例如，宗教仪式通常严格遵循一定的流程规范——入场、颂歌、证道、奉献和默想。诸多仪式定义也支持了该要点，如 Tambiah (1979)提出仪式是“一系列规范的、有序的言语和行为的结合……具有正式、严格和重复的特征” (p. 119)，Rossano (2012)也将仪式定义为“正规的、反复的、集中注意力的和规范管理的行为”。另外，一些实证研究也证实了仪式中流程式动作的必要性。Legare 和 Souza (2012)以巴西的一种驱除厄运仪式 Simpatias 为研究背景，通过操纵仪式的流程重复性和流程步骤数量发现，重复行为和多个步骤是促进仪式有效性的关键前因。总之，不论仪式的流程化动作是简单(如握手、拥抱)还是复杂(如奥运开幕式)，任何仪式的表现形式应该是流程式动作(Rook, 1985)。

其二，仪式应具有象征意义，使得仪式参与者(主观地)认为仪式行为的意义超越了其动作本身。Alcorta 和 Sosis (2005)指出，由于人类对大自然不可控制和难以预测而感到恐惧，宗教仪式便形成了最初的象征意义——人类与大自然进行沟通的渠道。在宗教仪式理论基础上，Collins (2004)关注了个人的日常仪式，更一步强调了象征意义在仪式中的作用，一方面象征资本(如个体身份)是进入仪式的必要因素，另一方面象征符号(如形象化文字、姿势)是仪式完成的结果，即象征意义贯穿了仪式的始终。Barrett 和 Lawson (2001)也通过实证发现，与简单的流程化动作不同，仪式必须向参与者传递象征意义。

其三，仪式的独特性在于，组成仪式的动作通常不具备直接的功能性目的。以基督教的洗礼仪式为例，仪式的目的并非是“洗”本身，而是代表信徒接受宗教信仰的意义。仪式的这个特点使其与常规行为(routine action; 即一套规范化的动作流程)有着本质的不同：常规行为通常具有功能性或实践性，与行为的目的息息相关；而仪式的行为具有象征性，与仪式目的通常无直接关系(Stambulova, Stambulov, & Johnson, 2012; Boyer & Liénard, 2006; Ahler & Tamney, 1964)。例如，赛前热身常规与运动员的表现直接相关(如肢体灵活性)，如肌肉拉伸的常规行为，而赛前准备仪式本身与运动员的表现无直接关系，如运动前的祷告仪式。

### 1.2 仪式的类型

众多学者对其进行了分类，见表 1。对于宗教仪式，Durkheim (1965)从属性效价的角度将其分为消极仪式和积极仪式。消极仪式指人类躲避灾害的戒律，积极仪式则是促进人类领域与神灵领域之间接触。特纳(2006)将仪式分为生命危机仪式和减灾仪式，前者特指生命的过渡仪式，后者指在减少神灵降灾影响的仪式。van Gennep 根据仪式的时间重复性，将仪式分为个人生命转折仪式和历年再现仪式(Zumwalt, 1982)。Rook (1985)认为仪式行为共有五类原因：宇宙论、文化价值、群体学习、个人目标和生物论，其中基于宇宙论的仪式包括宗教仪式、魔法仪式和艺术仪式，基

于文化价值的仪式有过渡仪式和文化仪式，基于群体学习的仪式有民族仪式、团队仪式和家庭仪式，基于个人目标的仪式是个人仪式(如清洁仪式)，基于生物论的仪式是动物仪式(如寻偶仪式)。Cova 和 Salle (2000)通过总结以往学者的观点，将仪式分为整合仪式(rituals of integration)和互动仪式(rituals of interaction)，前者描述宏观的社会和宗教仪式，后者聚焦于微观的人际和个人仪式。

总体来看，不同学者对仪式内容的划分存在较大差异，仅 Rook (1985)的划分较为全面。究其原因，可能是受内涵宽泛、视角差异和研究目的的影响，致使结构划分较为多样。因此，后续研究亟待从整合视角，结合理论与实证，开发一个更具针对性的客观分类标准。

## 2　仪式的形成路径

### 2.1　情绪路径

情绪是人们产生仪式行为的关键原因。Wellman, Corcoran 和 Stockly-Meyerdirk (2014)从美国 1250 间大型基督教堂中抽样了 12 间典型样本，通过质性分析和问卷调研发现，情感体验是形成仪式的直接驱动力。具体来讲，正面情绪和负面情绪都会对仪式行为的形成产生影响。

一方面，负面情绪如不安或焦虑(anxiety)会促进个体参与仪式行为。早在 19 世纪初期，Malinowski 通过观察美拉尼西亚(Melanesia)渔民行为就发现了不安情绪和仪式行为的相关性——当渔民在航海过程中遭遇恶劣天气时，他们会举行仪式；而当渔民在航海过程中没有遇到恶劣天气时，他们则较少甚至不会举行任何仪式(Homans, 1941)。一些研究也表明，仪式的产生通常伴随着一些不确定事件，如死亡、诞生、婚礼和毕业，也包括一些压力情境，如公开演讲和运动比赛(Alcorta & Sosis, 2005; Zumwalt, 1982)。例如，Ai, Tice, Peterson 和 Huang (2005)发现，在美国遭遇 9·11 恐怖袭击事件后，美国人的祷告仪式频率有显著提升；Lang, Krátký, Shaver, Jerotijević 和 Xygalatas (2015)采用运动捕捉技术测量个体在公开演讲时的手部动作，通过操控演讲者的不安情绪发现，不安情绪会正向预测演讲中的仪式化行为。

另一方面，正面情绪可以促使人们参与仪式(Boyer & Liénard, 2006)。对于初次参与的仪式，兴趣和好奇会促使个体的参与意愿和行为(Vohs et al., 2013; Raj, 2012)，而对于再次参与的仪式，积极情绪如乐趣(joy)会使得个体维护仪式，并加强再次参与意愿(Johnson, 2009; Maloney, 2013)。Arnould 和 Price (1993)通过分析科罗拉多流域的漂流的仪式特征发现，超凡情感体验(如兴奋感、愉悦感)是消费者再次参与漂流仪式的驱动力。

### 2.2　认知路径

仪式信念(belief in rituals)——即仪式参与者是否相信仪式的作用——是学者们最关注的认知因素。总体来讲，仪式信念与仪式参与意愿正相关(Myers et al., 2017; Holak, 2008)。然而，有关仪式信念如何影响仪式对个体的作用(即仪式信念的调节作用)，已有研究结论还存在分歧。一类研

**表 1　仪式的分类和结构**

| 作者 | 是否仅是宗教仪式 | 仪式分类 | |
|---|---|---|---|
| | | 分类标准 | 仪式类型 |
| Durkheim (1965) | 是 | 属性效价 | 消极仪式、积极仪式 |
| 维克多·特纳(2006) | 是 | 行为动机 | 生命危机仪式、减灾仪式 |
| Zumwalt (1982) | 否 | 时间维度 | 个人生命转折仪式、历年再现仪式 |
| Rook (1985) | 否 | 多维分类 | 基于宇宙论：宗教仪式、魔法仪式、艺术仪式<br>基于文化价值：过渡仪式、文化仪式<br>基于群体学习：民族仪式、团队仪式、家庭仪式<br>基于个人目标：个人仪式<br>基于生物论：动物仪式 |
| Cova 和 Salle (2000) | 否 | 宏微层面 | 整合仪式、互动仪式 |

资料来源：根据文献整理。

究持“信则有、不信则无”的观点，认为仪式和迷信(superstition)的效果类似。在参与过程中，仪式充当一种安慰剂(placebo)的功能，参与者是否相信仪式有效与仪式的效果直接相关，因此仪式信念正向调节仪式对参与者的影响(Zhang, Risen, & Hosey, 2014; Stambulova et al., 2012)。Brooks等(2016)进行了(仪式vs.随机行为vs.无仪式)组间设计，其中仪式组中实验材料将行为步骤描述为“仪式”，而随机行为组中则描述为“随机行为”，然后让被试参与一项数学测试。实验结果发现：相比随机行为组和控制组，仪式组被试的测试成绩最高，由此说明仪式信念是仪式有效性的关键前因。

与以上观点相反，另一类研究则认为仪式信念并不会左右仪式对个体的影响。该类研究强调“化影响于无形”，仪式已渗透到人们日常生活的方方面面，不论相信与否，经过社会化的正常个体都会形成仪式图式(ritual schema)，这种图式会使人们无形中受到仪式的影响(Norton & Gino, 2014; Schroeder, Risen, Gino, & Norton, 2014; Legare & Souza, 2012)。例如，Norton和Gino (2014)让被试想象“爱人去世”的情景(实验2)，然后一组被试参与一项仪式，另一组被试等待相同时间，最后测试被试的悲痛情绪和仪式信念，结果发现：仪式信念并不调节仪式对情绪的影响。再如，Legare和Souza (2012)的实验4表明一项巴西仪式会对美国被试产生作用，也间接证实了仪式的作用不受到信念的影响。

本文提出，已有结论的差异可能缘于仪式类型导致心理表征(mental representation)的不同。具体来讲，不同类型仪式的动作有所差异，而这种动作差异会激发仪式信念的不同的心理表征，如Zhang等(2014)的研究发现，逃避型仪式动作(如扔球)比接近型仪式动作(如接球)更容易使人产生逃脱厄运的心理表征，从而降低感知负面事情发生的可能性。由此推测，当仪式动作激发与结果相关的心理表征时，仪式信念会正向调节仪式对参与者的影响，反之，当仪式动作没有激发与结果相关的心理表征时，仪式信念则不会影响仪式对参与者的作用。

## 3 仪式的影响效果：基于不同理论视角

近年来，仪式的后效研究迅速增长，积累了大量理论成果。这些成果虽然为仪式研究领域做出了贡献，但也增加了仪式知识的复杂性，加大了厘清仪式后果与作用机制的难度。为了系统地呈现研究现状，本文将研究视角归纳为：进化理论、具身认知理论、互动仪式链理论、学习理论和社会控制理论，并以此梳理仪式行为的影响效果。

### 3.1 情绪抚慰：进化理论视角

进化理论(evolutionary theory)指出，人类总是力图认识并解释自我、世界以及两者关系。这种现象是人类本能的一部分，可以促进人类文明的进化。宗教仪式具有人类进化的意义，主要用于人类抵抗大自然灾害和超自然(supernatural)现象时的情景，帮助人类克服在认识世界时的无助感，支撑着一个民族祖祖辈辈的生存信念和生存方式。因此长期以往，仪式能激活个体大脑中的多巴胺奖励体系(dopaminergic reward system)，从而给人带来情绪抚慰(Alcorta & Sosis, 2005)。临床心理学研究证实，仪式化行为能抚慰患有与焦虑有关疾病的患者的情绪。譬如，强迫症患者(obsessive-compulsive disorder)的典型症状是反复出现一些行为(即仪式化行为)，这些行为可以弱化患者的焦虑情绪，而阻碍这些行为会增加患者的狂躁和不安(Boyer & Liénard, 2008)；自闭综合症患者也会出现类似的现象(Lang et al., 2015)。鉴于仪式的重要作用，仪式逐渐被纳入心理治疗方法。Jacobs (1989)以25位被性侵的女性受害者为研究对象，通过问卷和访谈发现：参与宗教仪式可以降低害怕、缓解愤怒以及减少情感疼痛感，从而有助于受害者心理健康的恢复。辛格霍夫(2009)通过心理咨询的临床案例发现，仪式可以用于解决夫妻冲突、渡过危机、告别父母等方面的问题。Romanoff和Thompson (2006)也提倡，临终关怀治疗的心理辅导中可以加入“说故事(telling a story)”的仪式，即向其他病患和家人分享自己的疾病和生命，这样的仪式能增强临终者的社会连结感和情绪平静。

对于心理状态正常的社会个体，日常仪式同样会产生情绪抚慰的进化效应，既促进正面情绪，也抑制负面情绪。对于正面情绪，Vohs等(2013)发现，在巧克力、胡萝卜和柠檬水的食品尝试过程中加入仪式(如巧克力仪式是在不打开包装的情况下掰断巧克力)，被试对食品评价的享受程度和愉悦程度会更高，甚至还认为加入仪式的食物

更加美味; Massa, Helms, Voronov 和 Wang (2016)针对安大略省的葡萄酒庄发现，仪式可以给参与者带来激情体验，进而促使他们的口碑传播。对于负面情绪，仪式既有缓解悲伤情绪(如失去爱人)的作用(Norton & Gino, 2014)，还有降低焦虑情绪的效应。例如, Brooks 等(2016)发现仪式能有效地平复个体在公开唱歌和数学测试背景下的焦虑情绪，Tinson 和 Nuttall (2010)指出毕业舞会是英国高中生释放焦虑情绪的重要仪式。

### 3.2　认知恢复：具身认知理论视角

具身认知理论(embodied cognition theory)认为，认知是具体身体的认知，即人类的认知活动是通过身体体验及其所处环境的互动而形成的(叶浩生，2011)。详细而言，高水平的认知加工需要感知—运动系统参与，且个体的感知—运动内嵌在一个更广泛的生物、心理和文化的外部情境中(叶浩生, 2011)。仪式既包含一系列指定的躯体动作，又内置于特定的社会和文化情境下，因此，仪式可以对个体的认知——注意力和控制感——产生影响。其一，仪式包含一系列非功能性的动作，可以作为转移注意力的方式，从而排解负面想法和记忆。一些宗教仪式的发现为注意力机制提供了佐证，如天主教的大学学生在诵读经文后会表现出更高的专注力(Anastasi & Newberg, 2008)。另外, Boyer 和 Liénard (2006)也指出，仪式的关键要素——无意义行为会占据认知资源和工作记忆，并且那些重复行为会弱化短时记忆，可见仪式会直接影响个体的注意力资源。

其二，仪式中重复和刻板的行为动作能够满足个体的秩序需求(need for order)和控制感(feelings of control)。学者们普遍认同，仪式(特别是宗教仪式)的最初来源是人类对于大自然的不可控制，参与宗教仪式可以使得人类重获控制感(Lang et al., 2015; Ahler & Tamney, 1964)。一些基于控制补偿理论(control compensation theory)的研究证实，控制剥夺(control deprivation)的个体更倾向于表现出规律重复的仪式化动作，且更容易信仰上帝，以此达到恢复个体控制感的目的(Kay, Gaucher, Napier, Callan, & Laurin, 2008)。因此，仪式或仪式化动作可以产生控制补偿的效果。

### 3.3　促进人际关系和谐：互动仪式链理论视角

互动仪式链理论(interaction ritual chain theory)关注了两人或两人以上的仪式场景，并从互动的角度指出，仪式具有四类基本要素：互动符号、共享情感、现场聚集和共同关注。其中，高度的互动符号和高度的共享情感使仪式参与者结合在一起，通过彼此的现场聚集和共同关注，由此才使得仪式的作用得以发挥，从而使得仪式参与者形成群体内的身份符号，加深仪式参与者之间的关系(Collins, 2004)。因此，基于该理论视角，学者们认为仪式有拉近人际关系的“魔力”，有利于亲社会倾向、人际关系和睦和群体团结。Gainer (1995)通过深度访谈发现，经历过同一个消费仪式的消费者之间会产生密切的关系，即使仪式中消费者之间从未见面。Ruffle 和 Sosis (2007)将以色列宗教为研究对象的田野实验指出，仪式参与频率与群体内合作倾向正相关，并且，男性比女性更容易在仪式中表现出合作倾向。基于该类研究结论, Bradford 和 Sherry (2015)聚焦于大学校园的区域仪式也发现，公共仪式强化群体关系和群体契合。甚至对于 4 至 11 岁的儿童，群体仪式可以使得个体与群体内的联结更加紧密融洽(Wen, Herrmann, & Legare, 2016; Nielsen, Kapitány, & Elkins, 2015)。

除了日常的人际关系，学者们还关注到了商业情境中的关系。Schroeder 等(2014)考察了商业中的握手仪式，实验结果表明握手仪式可以促进谈判双方的合作意向、减少自利行为，从而使得谈判更容易且更有效率地达到双方利益最大化的结果。Cayla, Cova 和 Maltese (2013)对 B2B 情境中的网球比赛赞助仪式进行质性研究，他们发现赞助仪式可以凝聚积极的商业关系。从理论的角度, Cova 和 Salle (2000)构建了一个通过仪式管理商业关系的框架模型，并强调了仪式在 B2B 关系营销中增强企业互动的重要性。

### 3.4　传播群体规范：学习理论视角

学习理论(learning theory)强调，通过强化建立刺激与行为之间的联结，可以达到学习的目的。基于该理论观点，学者们发现了仪式传播和强化价值准则的功能，即仪式作为一种包含行为动作和象征意义的结合体，可以成为企业传递知识的学习平台。Erhardt, Martin-Rios 和 Heckscher (2016)以餐饮类服务组织为研究对象，通过 52 次半结构化访谈和观察法发现，组织可以通过设计多种仪式动作，向员工传递友爱、创新、竞争和高效的核心价值观的组织意义。Plester (2015)聚

焦于组织中的进餐仪式，揭示了仪式塑造企业文化的作用，进而激发员工的组织忠诚和工作努力。不仅对于组织内部员工，Sueldo 和 Streimikiene (2016)还发现对于外部利益相关者，仪式同样具有创建和传递企业文化的学习功能。

### 3.5 发挥社会控制：社会控制理论视角

在宏观层面，仪式还可以作为一种社会控制的手段，塑造整个社会的规范与文化。社会控制理论(social control theory)表示，社会秩序的管理需要通过有系统、有规律地使用社会强力来调整社会关系和社会行为，这种系统、规律的强力主要有四类：宗教、法律、道德和教育(Watts, Sheehan, Atkinson, Bulbulia, & Gray, 2016)。其中，传统宗教主要采用仪式来塑造社会价值观和社会规范(Robbins, 2015)。例如, Mitkidis 等(2017)招募参与过印度大宝森节(Thaipusam Kavadi)的本地人，通过田野实验发现，宗教仪式可以约束人们的不道德行为；Watts 等(2016)利用贝叶斯系统发育法(Bayesian phylogenetic method)，对南岛语族(Austronesian)的 93 种传统文化进行了分析，结果发现：仪式不仅具有传递亲社会信念和道德观念的“积极面”，而且还具有塑造社会等级制度和权力制度的“消极面”。与宗教仪式类似，日常仪式同样具有社会规范的传递和强化作用。Rossano (2012)指出，早到婴儿与照顾者的互动仪式，晚到临终时家人的仪式活动，仪式可以通过祖辈关系(即垂直方向)和朋友关系(即水平方向)传递社会规范。

## 4 仪式的设计方法

由仪式的概念可知，仪式的形成至少要考虑三方面因素：包括流程式动作、具有象征意义、具有非功能性的动机。因此，典型的仪式通常由一系列动作组成，并且这些动作既被赋予了象征意义，还不具备直接工具性目的。依据这一前提假设，研究者们主要采取了两种任务来操控仪式——回忆法和情境任务法。

### 4.1 回忆法

回忆法主要用于检验仪式与一些特定结果的关系(Norton & Gino, 2014)。具体而言，回忆法是通过指定与仪式相关的特定事件，引导被试尽量回忆且写下具体细节，借此达到让被试设身处地重新感受参与仪式的目的，从而测量仪式与结果之间的相关性。例如，在 Norton 和 Gino (2014)的研究中，有仪式组的实验流程是：首先被试回忆一次关系终结(或者好友逝世)的事件，然后让被试回忆当初如何渡过那段时光，并描述一次为了渡过那段时光而参与的仪式体验；而在无仪式组的被试仅回忆如何渡过那段关系终结(或好友逝世)后的时光，并未提及仪式体验。该实验的结果证实，该方法的确能在一定程度上启动被试的仪式参与体验，但它也存在一定的不足：首先，虽然无仪式组的实验材料并未让被试回忆仪式，但是人们倾向于在负面事件中参与仪式(如好友逝世后参加葬礼仪式) (Homans, 1941)，因此无仪式组的被试仍可能会回忆到仪式；其次，仪式的回忆法操控比较主观，不同被试回忆的仪式类型可能具有较大差异。

### 4.2 情境任务法

情境任务法是仪式研究中最普遍的研究范式(Brooks et al., 2016; Legare & Souza, 2012; Norton & Gino, 2014; Kapitány & Nielsen, 2015; Vohs et al., 2013)。从操控的方法上，仪式主要从动作步骤数量和重复性(repetition)、特殊性(specialness)和因果模糊性(casual opacity)三个方面进行设计。

**(1)基于动作步骤的仪式设计。**Legare 和 Souza (2012)通过操控巴西的 Simpatias 仪式的 9 项具体属性，如仪式时间、仪式地点、仪式流程等，实验结果发现：流程重复性、流程步骤和宗教符号是影响仪式有效性的关键因素。在此研究的基础上，众多学者通过动作步骤数量的设计操控仪式。例如, Vohs 等(2013)的实验一为 2(仪式：有 vs.无)组间因子设计，仪式组的被试被要求以一套特定的流程试吃巧克力——“在不打开包装的情况下，从中间断开巧克力→打开巧克力→试吃巧克力”，而无仪式组的被试将等待同样时间并直接试吃巧克力。类似地, Norton 和 Gino (2014)的实验一设计了一个仪式，仪式步骤为“用两分钟的时间，在纸上写下你当前的感受→在纸上撒盐→将纸撕碎→在脑海中从一数到十，重复五次→仪式结束”。Brooks 等(2016)设计了一个放松自我的仪式，步骤如下“慢慢从十数到零，然后从零数到十→缓慢读出每个数字，并写下→撒盐→把纸折起来→扔掉纸，结束仪式”。

**(2)基于特殊性的仪式设计。**此外，一些研究从行为主体的特殊性来操控仪式。Barrett 和

Lawson (2001)通过操纵行动者角色来启动被试对仪式的认知原型(prototype)，仪式组将行动者称为“一位特殊的人(a special person)”，而非仪式组将行动者称为“一位普通的人(an ordinary person)”；Sørensen, Liénard 和 Feeny (2006)也发现，相比行动者为“农民”，行动者是“药剂师”会让被试感觉更“像”仪式。

**(3)基于因果模糊性的仪式设计**。虽然已有研究指出仪式动作之间的因果模糊程度是判断仪式有效性的关键(Stambulova et al., 2012; Legare & Souza, 2012)，但是目前仅 Kapitány 和 Nielsen (2015)对此进行了实证检验，仪式组和非仪式组的流程对比如图 1 所示。其中，仪式组被试看到的流程为“将面前的三杯水，从右到左，将小杯中的液体倒入大杯中→先用小抹布隔空在杯子外挥舞→垂直举起小杯，悬空倒入大杯→举起到头顶，旋转，发出 mmmmmm 的声音→结束”，而控制组的被试看到的流程是“将面前的三杯水，从右到左，将小杯中的液体倒入大杯中→先用小抹布擦拭杯子→将小杯中的液体直接倒入大杯→拿起大杯搅动，发出 hmmmm 的声音→结束”。对比可见，

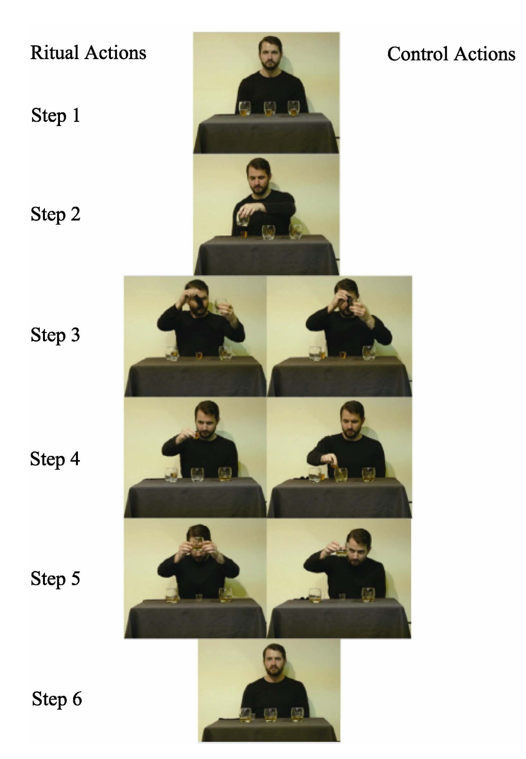



图 1　基于因果模糊性的仪式设计
(资料来源：来自 Kapitány 和 Nielsen [2015]文章图 1)

虽然仪式组和非仪式组的动作流程数量相同、动作也类似，但非仪式组的动作更容易理解且可预测，如仪式组中的步骤二是“用小抹布在杯子外挥舞”，而非仪式组是“用小抹布擦拭杯子”。

虽然以上三种情境任务法的范式在仪式研究中受到广泛应用，但是现有研究忽略了这三种方法的些许不足。第一，对于动作步骤数量和重复性的仪式操纵方式，仪式组和非仪式组之间容易存在认知资源投入的差异，即仪式组的被试会比非仪式组消耗更多认知资源和注意力。认知资源投入和注意力程度与个体的情感反应和认知反应(如 involvement)密切相关(Jiang, Adaval, Steinhart, & Wyer, 2014)，由此动作步骤的仪式设计难以排除该类因素的影响。第二，针对动作特殊性的仪式设计，“特殊”的定义难以避免地个体主观性和文化差异性。例如，Barrett 和 Lawson (2001)在实验中对被试进行了“特殊”的解释——“具有独特属性或神灵权柄的事物”，这样的解释会使得被试在实验过程中产生需求效应(demand effect)，即实验指导和实验解释对被试产生的结果暗示作用。第三，虽然因果模糊程度的仪式设计避免了动作步骤数量的仪式设计的不足，但是该仪式设计仅适用于仪式程度高低的对比，难以直接探讨仪式与非仪式的差异。

## 5　研究展望

近年来，在心理学领域，学者们对仪式的概念、设计、形成因素及影响后效等方面取得了有益的成果，但尚存一些重要议题亟待后续研究进一步澄清：一是由于仪式和仪式衍生变量的概念宽泛性，现有研究结果无法进行直接比较；二是现有仪式文献聚焦于西方文化背景，阻碍了跨文化和跨历史背景研究的推进；三是仪式的后果研究停留于积极视角，一定程度上局限了对仪式的全面认识；四是仪式的研究设计方法较为单一；五是缺乏仪式的认知神经机制研究。因此，未来研究可以从以下几点展开。

首先，根据具体研究需要对仪式和仪式衍生变量下操作性定义。学者们依据研究目的对仪式构念进行了拓展和丰富，并提出了诸多类型的仪式，如消费仪式、组织仪式、营销仪式等(Otnes, Ilhan, & Kulkarni, 2012; Raj, 2012)。然而，这些定义大多是宽泛的词义性和现象性定义，如 Sueldo

和Streimikiene (2016)将组织仪式界定为在组织场所中发生的与仪式相关的行为。可见，现有研究缺乏描述具体、操作明确的界定，阻碍了研究结果的比较，甚至导致有关仪式衍生变量的研究止步于定性阶段的现状。因此，未来研究应立足于具体研究背景和研究需要，对仪式和仪式衍生概念进行操作性定义。

第二，推进中国本土文化的仪式研究。现有仪式研究主要关注西方文化下的仪式，然而不论是从发展时间还是内容形式，仪式具有强烈的文化差异。例如，中国文化背景下的仪式深受儒家、道家思想的影响，强调“人事之仪则”的社交观，突出“今人而无礼，虽能言，不亦禽兽之心乎”的道德观，甚至还包含“天理之节文”的宇宙观，这与西方文化下的仪式内涵有所不同。因此，为了构建中国文化背景下仪式实证研究所必备的基础条件，未来研究应该从两方面着手：一方面应通过古籍分析和质性方法提炼中国背景下的仪式内涵，另一方面亟需编制出一套契合中国文化的仪式操纵方法。

第三，结合积极和消极两方面的视角，充分认识仪式对个体的影响效应。已有文献聚焦于仪式的积极效果，如提升食品口味、安抚焦虑情绪、增强表现绩效、凝聚群体和社会关系等(Vohs et al., 2013; Norton & Gino, 2014; Brooks et al., 2016)，而忽视了仪式可能带来的消极影响。其一，仪式可能使个体产生负面态度。从仪式概念的三个要点来看，仪式中稳定的、重复的流程化动作可能约束参与者的自主性(autonomy) (Warren & Campbell, 2014)，进而会使得参与者产生负面态度。虽然现有研究指出，仪式中重复和刻板的行为动作能够满足个体的控制感，但是该类研究局限于个体的控制感缺乏的情境，如遭遇灾难、遇到困难、压力情境等(Ai et al., 2005)。而当个体处于正常控制感水平时，仪式行为反而可能会使得参与者感知被控制，并且这种被控制的感觉会使得个体逃避仪式。其二，仪式可能引起个体的负面情绪。一些宗教仪式的研究结果暗指到，仪式的某些元素可能更容易引起负面情绪(Collins, 2004)。例如，洞穴、地洞、教堂等的仪式场景会引起警觉情绪；怪异面具、雕塑、图画等的仪式特征会唤起害怕情绪；神与魔鬼惩罚的仪式桥段会导致恐惧情绪(冯特, 2008; Alcorta & Sosis, 2005; Watts et al., 2016)。那么，仪式如何引起负面情绪？仪式何时导致正面情绪、何时导致负面情绪？仪式引发的正负面情绪是否会对个体行为产生不同后效？这些问题有待未来研究的关注。尽管当前关于仪式负面作用的理论和实证研究还处于空白，但该类研究具有一定可发展的潜力。

第四，更一步丰富仪式的研究设计方法。首先，未来研究可以通过经验取样法(experience sampling methodology)获取被试对仪式的看法和态度，该方法可以从以下两点推进现有研究：其一，仪式影响人们的思想层面和精神层面(Rook, 1985)，而思想和精神较难以通过问卷法进行测量。相比自我汇报式问卷，经验取样法可以更好地记录人们难以直接描述的感受(Ohly, Sonnentag, Niessen, & Zapf, 2010)，这一点更符合仪式研究的特点；其二，经验取样法是多次收集个体在较短时间内对经历事件的瞬时感知，因此该方法可以用于从纵向视角探讨仪式效应，分析仪式随时间推进而影响个体的动态演化现象。其次，未来研究可以采用真实情境模拟的仪式设计方式，其中包括以个人为单位的虚拟现实方式和以多人为单位的集体任务范式。一方面，单人仪式实验可以采用虚拟现实(visual reality; VR)技术(李明英, 吴惠宁, 蒯曙光, 张畅芯, 2017)，让被试以第一视角观察并加入仪式，增强仪式情境操控的临场感和真实感。另一方面，多人仪式实验可以采用集体任务范式，让多位被试(或真实被试与虚拟被试)一起按照流程参与集体仪式，以弥补现有集体仪式研究仅停留于质性研究范式的不足。

最后，加强仪式的认知神经机制研究。虽然与仪式相关的研究(如冥想、入定)表明，个体在行为过程中会产生脑电波、心率和脉搏、皮肤电导率以及其他自主神经功能的变化(Alcorta & Sosis, 2005)，但有关仪式的神经机制研究还寥寥无几。为了加深对仪式影响作用的认识，未来研究可以借助认知神经科学技术，如事件相关电位(event-related potential, ERP)和功能性磁共振成像(functional magnetic resonance imaging, fMRI)，探讨仪式行为的认知神经机制。研究指出，个体的仪式化行为可能涉及到眼窝前额皮质(OFC)、纹状体、丘脑和前扣带皮层(ACC)的活动(Boyer & Liénard, 2006)，而该观点还有待研究验证。

## 参考文献


李明英，吴惠宁，蒯曙光，张畅芯．(2017). 虚拟现实技术在执行功能评估中的应用． *心理科学进展, 25*, 933–942.

洛蕾利斯·辛格霍夫．(2009). *我们为什么需要仪式* (刘永强 译). 北京：中国人民大学出版社.

彭兆荣．(2002). 人类学仪式研究评述． *民族研究*, (2), 88–96.

维克多·特纳．(2006). *仪式过程：结构与反结构* (黄剑波，柳博赟 译). 北京：中国人民大学出版社.

威廉·冯特．(2008). *民族宗教心理学纲要* (陆丽青，刘瑶 译). 北京：宗教文化出版社.

叶浩生．(2011). 有关具身认知思潮的理论心理学思考． *心理学报, 43*, 589–598.

Ahler, J. G., & Tamney, J. B. (1964). Some functions of religious ritual in a catastrophe. *Sociology of Religion, 25*, 212–230.

Ai, A. L., Tice, T. N., Peterson, C., & Huang, B. (2005). Prayers, spiritual support, and positive attitudes in coping with the September 11 national crisis. *Journal of Personality, 73*, 763–792.

Alcorta, C. S., & Sosis, R. (2005). Ritual, emotion, and sacred symbols: The evolution of religion as an adaptive complex. *Human Nature, 16*, 323–359.

Anastasi, M. W., & Newberg, A. B. (2008). A preliminary study of the acute effects of religious ritual on anxiety. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine, 14*, 163–165.

Arnould, E. J. (2001). Special session summary rituals three gifts and why consumer researchers should care. *Advances in Consumer Research, 28*, 384–386.

Arnould, E. J., & Price, L. L. (1993). River magic: Extraordinary experience and the extended service encounter. *Journal of Consumer Research, 20*, 24–45.

Barrett, J. L., & Lawson, E. T. (2001). Ritual intuitions: Cognitive contributions to judgments of ritual efficacy. *Journal of Cognition and Culture, 1*, 183–201.

Bell, C. (1997). *Ritual: Perspectives and dimensions*. Oxford, England: Oxford University Press.

Boyer, P., & Liénard, P. (2006). Why ritualized behavior? Precaution systems and action parsing in developmental, pathological and cultural rituals. *Behavioral and Brain Sciences, 29*, 595–613.

Boyer, P., & Liénard, P. (2008). Ritual behavior in obsessive and normal individuals: Moderating anxiety and reorganizing the flow of action. *Current Directions in Psychological Science, 17*, 291–294.

Bradford, T. W., & Sherry, J. F. (2015). Domesticating public space through ritual: Tailgating as vestaval. *Journal of Consumer Research, 42*, 130–151.

Brooks, A. W., Schroeder, J., Risen, J. L., Gino, F., Galinsky, A. D., Norton, M. I., & Schweitzer, M. E. (2016). Don't stop believing: Rituals improve performance by decreasing anxiety. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 137*, 71–85.

Cayla, J., Cova, B., & Maltese, L. (2013). Party time: Recreation rituals in the world of B2B. *Journal of Marketing Management, 29*, 1394–1421.

Collins, R. (2004). *Interaction ritual chains*. Oxford: Princeton University Press.

Cova, B., & Salle, R. (2000). Rituals in managing extrabusiness relationships in international project marketing: A conceptual framework. *International Business Review, 9*, 669–685.

Durkheim, E. (1965). *The elementary forms of the religious life*. New York, NY: Free Press.

Erhardt, N., Martin-Rios, C., & Heckscher, C. (2016). Am I doing the right thing? Unpacking workplace rituals as mechanisms for strong organizational culture. *International Journal of Hospitality Management, 59*, 31–41.

Gainer, B. (1995). Ritual and relationships: Interpersonal influences on shared consumption. *Journal of Business Research, 32*, 253–260.

Holak, S. L. (2008). Ritual blessings with companion animals. *Journal of Business Research, 61*, 534–541.

Homans, G. C. (1941). Anxiety and ritual: The theories of Malinowski and Radcliffe-Brown. *American Anthropologist, 43*, 164–172.

Jacobs, J. L. (1989). The effects of ritual healing on female victims of abuse: A study of empowerment and transformation. *Sociology of Religion, 50*, 265–279.

Jiang, Y. W., Adaval, R., Steinhart, Y., & Wyer, R. S., Jr. (2014). Imagining yourself in the scene: The interactive effects of goal-driven self-imagery and visual perspectives on consumer behavior. *Journal of Consumer Research, 41*, 418–435.

Johnson, J. A. (2009). The window of ritual: Seeing the intentions and emotions of 'doing' gender. *Gender Issues, 26*, 65–84.

Kapitány, R., & Nielsen, M. (2015). Adopting the ritual stance: The role of opacity and context in ritual and everyday actions. *Cognition, 145*, 13–29.

Kay, A. C., Gaucher, D., Napier, J. L., Callan, M. J., & Laurin, K. (2008). God and the government: Testing a compensatory control mechanism for the support of external systems. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*, 18–35.

Lang, M., Krátký, J., Shaver, J. H., Jerotijević, D., & Xygalatas, D. (2015). Effects of anxiety on spontaneous ritualized behavior. *Current Biology, 25*, 1892–1897.

Legare, C. H., & Souza, A. L. (2012). Evaluating ritual efficacy: Evidence from the supernatural. *Cognition, 124*, 1–15.

Liénard, P., & Boyer, P. (2006). Whence collective rituals? A cultural selection model of ritualized behavior. *American Anthropologist, 108*, 814–827.

Maloney, P. (2013). Online networks and emotional energy: How pro-anorexic websites use interaction ritual chains to (re)form identity. *Information, Communication & Society, 16*, 105–124.

Massa, F., Helms, W., Voronov, M., & Wang, L. (2016). Emotions uncorked: Inspiring evangelism for the emerging practice of cool-climate wine making in Ontario. *Academy of Management Journal, 60*, 461–499.

Mitkidis, P., Ayal, S., Shalvi, S., Heimann, K., Levy, G., Kyselo, M.,... Roepstorff, A. (2017). The effects of extreme rituals on moral behavior: The performers- observers gap hypothesis. *Journal of Economic Psychology, 59*, 1–7.

Myers, S. G., Grøtte, T., Haseth, S., Guzey, I. C., Hansen, B., Vogel, P. A., & Solem, S. (2017). The role of metacognitive beliefs about thoughts and rituals: A test of the metacognitive model of obsessive-compulsive disorder in a clinical sample. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, 13*, 1–6.

Nielsen, M., Kapitány, R., & Elkins, R. (2015). The perpetuation of ritualistic actions as revealed by young children's transmission of normative behavior. *Evolution and Human Behavior, 36*, 191–198.

Norton, M. I., & Gino, F. (2014). Rituals alleviate grieving for loved ones, lovers, and lotteries. *Journal of Experimental Psychology: General, 143*, 266–272.

Ohly, S., Sonnentag, S., Niessen, C., & Zapf, D. (2010). Diary studies in organizational research: An introduction and some practical recommendations. *Journal of Personnel Psychology, 9*, 79–93.

Otnes, C. C., Ilhan, B. E., & Kulkarni, A. (2012). The language of marketplace rituals: Implications for customer experience management. *Journal of Retailing, 88*, 367–383.

Plester, B. (2015). Ingesting the organization: The embodiment of organizational food rituals. *Culture and Organization, 21*, 251–268.

Raj, Z. (2012). *Brand rituals: How successful brands bond with customers for life*. Mill Valley, CA: Spyglass Pub. Group Inc.

Robbins, J. (2015). Ritual, value, and example: On the perfection of cultural representations. *Journal of the Royal Anthropological Institute, 21*, 18–29.

Romanoff, B. D., & Thompson, B. E. (2006). Meaning construction in palliative care: The use of narrative, ritual, and the expressive arts. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine, 23*, 309–316.

Rook, D. W. (1985). The ritual dimension of consumer behavior. *Journal of Consumer Research, 12*, 251–264.

Rossano, M. J. (2012). The essential role of ritual in the transmission and reinforcement of social norms. *Psychological Bulletin, 138*, 529–549.

Ruffle, B. J., & Sosis, R. (2007). Does it pay to pray? Costly ritual and cooperation. *The B.E. Journal of Economic Analysis & Policy, 7*, 1–37.

Schroeder, J., Risen, J., Gino, F., & Norton, M. I. (2014). Handshaking promotes cooperative dealmaking. *Harvard Business School NOM Unit Working Paper*, 14–117.

Sørensen, J., Liénard, P., & Feeny, C. (2006). Agent and instrument in judgements of ritual efficacy. *Journal of Cognition and Culture, 6*, 463–482.

Stambulova, N., Stambulov, A., & Johnson, U. (2012). 'Believe in Yourself, Channel Energy, and Play Your Trumps': Olympic preparation in complex coordination sports. *Psychology of Sport and Exercise, 13*, 679–686.

Sueldo, M., & Streimikiene, D. (2016). Organizational rituals as tools of organizational culture creation and transformation: A communicative approach. *Transformation in Business & Economics, 15*, 89–110.

Tambiah, S. J. (1979). A performative approach to ritual. *Proceedings of the British Academy, 65*, 113–169.

Tinson, J., & Nuttall, P. (2010). Exploring appropriation of global cultural rituals. *Journal of Marketing Management, 26*, 1074–1090.

Vohs, K., & Wang, Y. J. (2012). Rituals improve emotions, consumption, interpersonal relationships, and even luck. *Advances in Consumer Research, 40*, 5–8.

Vohs, K. D., Wang, Y. J., Gino, F., & Norton, M. I. (2013). Rituals enhance consumption. *Psychological Science, 24*, 1714–1721.

Warren, C., & Campbell, M. C. (2014). What makes things cool? How autonomy influences perceived coolness. *Journal of Consumer Research, 41*, 543–563.

Watts, J., Sheehan, O., Atkinson, Q. D., Bulbulia, J., & Gray, R. D. (2016). Ritual human sacrifice promoted and sustained the evolution of stratified societies. *Nature, 532*, 228–231.

Wellman, J. K., Jr., Corcoran, K. E., & Stockly-Meyerdirk, K. (2014). "God is like a drug…": Explaining interaction ritual chains in American Megachurches. *Sociological Forum, 29*, 650–672.

Wen, N. J., Herrmann, P. A., & Legare, C. H. (2016). Ritual increases children's affiliation with in-group members. *Evolution and Human Behavior, 37*, 54–60.

Zhang, Y., Risen, J. L., & Hosey, C. (2014). Reversing one's fortune by pushing away bad luck. *Journal of Experimental Psychology: General, 143*, 1171–1184.

Zumwalt, R. (1982). Arnold van Gennep: The hermit of Bourg-la-Reine. *American Anthropologist, 84*, 299–313.

# Ritual in the psychology field: A repetitive but meaningful behavior

RAN Yaxuan[1]; WEI Haiying[2]; LI Qing[3]; LEI Chao[4]

([1] *School of Business Administration, Zhongnan University of Economics and Law, Wuhan* 430073, *China*)

([2] *School of Management, Jinan University, Guangzhou* 510632, *China*)

([3] *Shenzhen Tourism College, Jinan University, Shenzhen* 518053, *China*)

([4] *Medical Business School, Guangdong Pharmaceutical University, Guangzhou* 510006, *China*)

**Abstract:** Ritual is so widespread that people are always involved in these activities. Ritual refers to a predefined sequence of symbolic actions often characterized by formality and repetition that lacks direct instrumental purpose. Integrating theoretical and empirical conceptualizations of rituals, the present research identifies three key criteria for rituals: a fixed sequence of behaviors, symbolic meaning, and non-functional behavior. There are two kinds of research methods of rituals: recall task and scenario task. In addition, individuals' emotion factors and cognitive factors could predict one's intention to participate in a ritual. Further, based on five theoretical perspectives–evolutionary theory, embodied cognition theory, interaction ritual chains theory, learning theory, and social control theory, ritual could comfort one's emotional state, recover one's attention and control, promote one's social relationship, and reinforce social norms and social culture. Finally, future research on ritual should pay more attention to the operational definition, the indigenous research design, the double-edged sword effect, the experimental methodology, and the neuro mechanism.

**Key words:** ritual; ritualization; ritualized behavior